



やまなし産保メールマガジン第142号

【URL】 <https://www.yamanashis.johas.go.jp>

令和2年9月28日

発行：山梨産業保健総合支援センター

◇◇+ ◇◇

メールマガジンを受信していただきありがとうございます。

☆メールマガジンの登録（無料）は、下記によりお申込みください！

※ <https://www.yamanashis.johas.go.jp/maimagazine>

— 目 次 —

- 【1】研修会・セミナー
- 【2】産業保健トピックス
- 【3】アラカルト
- 【4】産業保健相談員の窓
- 【5】産業保健専門職（保健師）よもやま話
- 【6】図書・研修用機器の貸出
- 【7】新着図書のご案内
- 【8】ご相談・ご質問コーナー
- 【9】編集後記

【1】研修会・セミナー

『ご案内』

当センターでは、新型コロナウイルス感染症対策として、受講者や関係者の健康・安全面を第一に考え「新しい生活様式」を踏まえ、研修・セミナーの会場が3つの「密」にならないよう対策を講じ山梨県医師会館1階の多目的エリアで6月12日から再開しております。費用は無料です。（※ 他会場の場合は、別途記載します。）

つきましては、受講時にはマスクの着用と体調確認（健康確認）にご協力を賜りますようお願いいたします。

なお、受講を希望されます方は、次の1又は2の方法によりお申込みください。

1. 電子メール（各研修の欄に添付しているアドレスからホームページにアクセスし
Webページから送信）
2. F A X（チラシやホームページ等に掲載している申込用紙を利用し送信）

【1】産業医学（一般健康管理）

■「はたらく人の睡眠を考える」

日時 令和2年11月 4日（水）14時～16時

講師 宮村 季浩「山梨大学医学部 教授」

（労働衛生コンサルタント/産業保健相談員）

〔日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位〕

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4824>

■「新型コロナウイルス感染症予防対策」（10月30日の研修と概ね同様の内容です） ～産業保健スタッフが取り組むべき危機管理～

日時 令和2年11月24日（火）14時～16時

講師 藤井 充「健康科学大学 教授」

（医師/産業保健相談員）

会場 山梨県医師会館 講堂

〔日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位〕

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4831>

【2】産業医学（有害業務の健康管理、作業管理）

【3】労働衛生工学

■「産業保健スタッフによる職場巡視のポイント」

日時 令和2年11月 6日（金）14時～16時

講師 森 博幸「森労働衛生コンサルタント事務所 所長」

（労働衛生コンサルタント/産業保健相談員）

〔日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位〕

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4825>

【4】メンタルヘルス

【5】労働衛生関係法令

■「増え続ける過労死等の現状と労災認定について」

<衛生管理者等レベルアップ研修 226>

日時 令和2年11月26日(木) 14時～16時
講師 前嶋 正敬「山梨労働局 労災補償課 監察官」
[日医認定産業医単位：生涯・更新 3単位]
詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4830>

【6】カウンセリング

■「産業カウンセリング研修（企業内担当者育成）～「傾聴技法」基礎から応用まで～ ＜シリーズⅠ＞」

一次予防として話を聞く事が求められます。

講師 中村 幸枝「エヌ心理研究所(有) 所長」
(産業カウンセラー/産業保健相談員)

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

【シリーズⅡ】

☆Ⅱ-1回

日時 令和2年10月16日(金) 14時～16時30分
詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4796>

☆Ⅱ-2回

日時 令和2年11月20日(金) 14時～16時30分
詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4829>

＜シリーズでお申し込みの方は、初回お申し込み時にその旨記入をお願いします。＞

実施予定日程

☆Ⅱ-3回

日時 令和2年12月18日(金) 14時～16時30分

☆Ⅱ-4回

日時 令和3年 1月15日(金) 14時～16時30分

■「よりよい人間関係づくりのために」

～コミュニケーション力を高める～

日時 令和2年10月27日(火) 14時～16時
講師 長田 暢子「(株)グリーンハート 代表取締役」
(公認心理師/産業保健相談員)

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4794>

【7】保健指導

■産業看護職セミナー〈全4回〉 WEBセミナー

「シリーズ③企業の中での産業保健職について考える」

～産業医の立場から～

日時 令和2年11月12日（木）14時30分～17時

講師 鈴木 孝太「愛知医科大学 教授」

（産業保健科学センター長）

小川 理恵「山梨産業保健総合支援センター 産業保健専門職」

（保健師）

[日医認定産業医単位：無]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4827>

【8】両立支援

■「治療と仕事の両立支援セミナー（シリーズ①糖尿病編）」

～治療と仕事の両立支援に役立つ糖尿病とその治療に関する知識～

日時 令和2年10月22日（木）14時～16時30分

講師 ①山梨県健康増進課 健康企画担当

②中里 稔「中里内科クリニック DM 院長」

③篠原 敦「山梨労働局 健康安全課 課長」

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4795>

【9】事業者向けセミナー

■健康管理セミナー「生活習慣病予防対策（シリーズ①食事編）」

〈衛生管理者等レベルアップ研修 224〉

日時 令和2年10月8日（木）14時～16時

講師 小山 勝弘「山梨大学大学院 教授」

（産業保健相談員）

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4798>

■健康管理セミナー「生活習慣病予防対策（シリーズ②運動編）」

日時 令和2年11月17日（火）14時～16時

講師 小山 勝弘「山梨大学大学院 教授」

(産業保健相談員)

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4828>

【10】労働者向けセミナー

【11】産業保健関係者の事例検討

■「職場のメンタルヘルス相談員研修（事例検討）」

<Ⅲ期シリーズ：4回>

講師 菅 弘康「すげ臨床心理相談室 所長」

(臨床心理士/産業保健相談員)

[日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位]

【シリーズⅡ】

☆Ⅱ-3回

日時 令和2年10月14日(水) 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4797>

☆Ⅱ-4回

日時 令和2年11月11日(水) 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4826>

<シリーズでお申し込みの方は、初回お申し込み時にその旨記入をお願いします。>

実施予定日程

☆Ⅲ-1回

日時 令和2年12月9日(水) 14時～16時30分

【2】産業保健トピックス

●令和2年度両立支援コーディネーター基礎研修の日程を公表しました

(労働者健康安全機構)

<https://www.johas.go.jp/ryoritsumodel/tabid/1830/Default.aspx>

◆「副業・兼業の促進に関するガイドライン」(令和2年9月1日改訂版)(概要)

<https://www.mhlw.go.jp/content/11201250/000665402.pdf>

◆「副業・兼業の促進に関するガイドライン」（令和2年9月1日改訂版）

<https://www.mhlw.go.jp/content/11201250/000665413.pdf>

◆令和2年度「全国労働衛生週間」を10月に実施（再掲）

～今年のスローガンは「みなおして 職場の環境 からだの健康」～

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_12193.html

◆情報通信機器を用いた安全委員会等の開催について

[https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-](https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/enzen_eisei/hourei_seido/enzen-committee020827.html)

[roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/enzen_eisei/hourei_seido/enzen-committee020827.html](https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/enzen_eisei/hourei_seido/enzen-committee020827.html)

◆新型コロナウイルス感染症について（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

◇「新型コロナウイルス感染症」関連について（山梨労働局）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/newpage_00289.html

◇新型コロナウイルス感染症に関する総合情報（山梨県）

https://www.pref.yamanashi.jp/koucho/coronavirus/info_coronavirus.html

○新型コロナウイルス感染症に関するQ & A（厚生労働省）

⇒一般の方向けQ & A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html

⇒医療機関・検査機関向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00004.html

⇒企業（労務）方向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00007.html

⇒労働者の方向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00018.html

⇒関連業種の方向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19_qa_kanrenkiyou.html

<各種相談窓口>

○新型コロナウイルス感染症の影響による特別労働相談窓口（山梨労働局）

<https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/content/contents/000601062.pdf>

○厚生労働省の電話相談窓口（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html#denwa

新型コロナウイルス感染症に係る相談窓口

電話番号：0120-565653（フリーダイヤル）

受付時間：9時00分～21時00分（土日・祝日も実施）

○新型コロナウイルス感染症に係る電話相談窓口について（山梨県）

https://www.pref.yamanashi.jp/koucho/coronavirus/info_coronavirus.html

⇒帰国者・接触者相談センター（各保健所）

新型コロナウイルスの感染が疑われる要件を満たす方に対し、専用の受診先をご案内します。

◆山梨労働局管内における労働災害の発生状況（山梨労働局）

○労働災害発生状況（死傷災害比較表）「令和2年・令和元年1月-8月」

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/saigaitoukei_jirei/toukei/5-1.html

○死亡災害発生状況

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/saigaitoukei_jirei/5-2.html

★日本産業衛生学会「職域のための新型コロナウイルス感染症ガイド」（8.11更新）

<https://www.sanei.or.jp/?mode=view&cid=416>

★嘱託産業医のための新型コロナウイルス感染症（COVID-19）対策のヒント（東京都医師会）

<https://www.tokyo.med.or.jp/18213>

★「感染症流行期にこころの健康を保つために」シリーズの紹介（日本赤十字社）

http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200327_006138.html

<その他>

・新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)のお知らせを更新しました（厚生労働省）
「1.1.3」

<https://www.mhlw.go.jp/hai shin/u/l?p=4RgnLDTAc2jzjfdzY>

【3】アラカルト

☆新型コロナウイルス感染症に関する研修会開催のご案内

新型コロナウイルス感染症については、未だ収束する気配がなく、皆様方におかれましても様々な対策を講じながら日々の業務を遂行されていることと存じます。この度、COVID-19 入院調整専門家会議メンバーの藤井充先生をお迎えして、標記研修会を開催することといたしましたのでご案内します。

なお、受講されます方は、手指の消毒、マスクの着用等ご協力をお願いします。
(今回の研修は、10月30日開催の内容と概ね同様です。)

お申込み・詳細は → <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4831>

★山梨県最低賃金が変わります！（1時間838円）（山梨労働局）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/news_topics/houdou/houdou020909.html

◎特定自主検査登録業者名簿を更新しました（山梨労働局）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/anken_eisei/tokuteijishukensa.html

◎じん肺法施行規則等の一部を改正する省令の施行について（厚生労働省）

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/4820>

◎セミナーのご案内（労働調査会）

労働調査会では、厚生労働省からの委託を受け、働く高齢者の安全と健康確保のためのセミナー「働く高齢者のための安全衛生管理セミナー」を開催します。

- ・日時：令和2年11月27日（金）
- ・場所：山梨県医師会館 講堂（甲府市德行5-13-5）
- ・時間：午後1時30分から4時00分まで
- ・定員：40名（受講料無料）

詳細、申込は下記 URL をご覧ください。

<https://age-friendly.chosakai.ne.jp/>

お問合せ：03-3915-7221

●「地域産業保健センター」活用のご案内

当センターの地域窓口である「地域産業保健センター」では、労働者50人未満の小規模事業場の事業者やそこで働く労働者を対象として、労働安全衛生法に定められた保健指導など以下の産業保健サービスを無料で提供しています。

- 1 健康診断結果に基づく医師からの意見聴取.
- 2 労働者の健康管理に係る相談
 - * 脳・心臓疾患のリスクが高い労働者に対する保健指導
 - * メンタル不調を感じている労働者に対する健康相談・指導

- 3 長時間労働者及びストレスチェックに係る高ストレス者に対する医師の面接指導
- 4 個別訪問による産業保健指導の実施

* 作業環境管理、作業管理、メンタルヘルス対策等の健康管理の状況を踏まえた総合的な助言を行います。

労働者の健康管理、健康保持増進にお役立てください。

詳しくはこちら↓

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/consultation/1175>

山梨産業保健総合支援センター（TEL：055-220-7020）

【4】産業保健相談員の窓

このコーナーでは、作業環境測定士、労働衛生コンサルタント及び有害物関連の技能講習講師として、これまでいただいた様々なご質問の中から、労働衛生工学に関するもので皆様の参考になるのではと思われる事柄をQ&A形式で掲載していきたいと考えております。

<ケース22> 溶接なのに拡散って！

～～～アーク溶接ヒュームの測定について～～～

Q：「アーク溶接ヒューム」とはどのようなものですか？ また、通常の作業環境測定で評価することができますか？

A：溶接作業では、材料は数千度のアークに触れることで瞬間的に沸点を超える温度にさらされ、その表面から金属等の蒸気が発生します。空気中に放出された蒸気は、急速に冷却凝固して極めて微細な固体粒子となって高温の溶接部から上昇気流に乗って煙状に拡散上昇します。これが、「アーク溶接ヒューム」で、0.1～1 μ m程度の固体の微粒子となって浮遊します。これを吸入すると「じん肺」になる恐れがあります。

じん肺を防ぐため、粉じん則において粉じん発生量が多くて一定の発生源対策を講ずる必要があり、かつ有効な発生源対策が可能であるものを「特定粉じん発散源」と定義して、主に固定した機械（両頭グラインダー）等を使用する作業を列挙して、規制しています。

溶接作業では作業場所が特定されないケースが多いため作業環境測定が必要な特定粉じん作業には該当せず、呼吸用保護具の使用が義務付けられる一般粉じん作業に留まっています。しかし、「アーク溶接肺」というじん肺も多く発生し、粉じん対策の一環として、自主的な測定が行われています。

そもそも粉じん測定では、4 μm50%カット特性を持つ分粒装置を使用して大きい粒子を分粒し、小さい粒子のみを捕集して測定するような手法を採用しています。前記のように「アーク溶接ヒューム」も微粒子であるため、通常の粉じん測定の手法で測定できます。

☆ 今後、アーク溶接ヒュームには特化則も適用されることになりました。個人サンプリングのような測定手法や有効な呼吸用保護具の選定が重要になります。ご相談をお待ちしています。

【産業保健相談員（労働衛生工学）】

山梨厚生病院 予防医学センター

調査役 望月 明彦

【5】産業保健専門職（保健師）よもやま話

この夏は、新型コロナウイルス感染症に関する相談が多数寄せられました。

相談内容は、従業員が感染した場合の消毒等の対応、従業員の家族が濃厚接触者になった場合の対応、濃厚接触者とならないための予防対策などですが、皆さん一般的なことは情報収集されており、相談の内容は、飲食業、宿泊施設、製造業、福祉施設などそれぞれ「相談者の事業所」で具体的にどのような対応したらよいのかというものです。

産業保健師として企業内に勤務していた時には、相談を受けた後、時間をおいて「その後いかがですか？」と声をかけることができたのですが、産保センターの相談の多くは、そこで完結となります。問題が解決したのかどうかを確かめることが難しく、相談者のその後や、自身の相談対応の評価ができず、気になるところです。

職場の相談担当者、特にメンタルヘルスに関する相談を担当する方や、管理監督者を対象とした研修の中で、「相談しやすい雰囲気」「相談できる人間関係」という言葉がよく出てきますが、言葉ではわかっているにもかかわらず具体的にどのようにしたらその環境がつかれるのか、試行錯誤されている方は多いのではないのでしょうか。

もちろん、担当して直ぐにそのような関係や環境づくりをすることは難しいですが、曖昧なものではなく、具体的にどのようにしたらよいのか答えが欲しいと思われる方も多いと思います。皆さんは、具体的にどのような工夫をされていますか？

自分自身のことを考えてみると、工夫といえるかわかりませんが、どのような相談であっても、相談者とのつながりを自分から絶たないようにしていました。自己の支援の評価の意味もありますが、お節介な性格も加わって、前段のお話のように、相談者のその後が気になって仕方がない、自分から経過を確認しないと気が済まないの必ず自分から声をかける、…例えば「運動に取り組みたいが、どのようなことをしたらよいのか」といった前向きな相談であれば、階段やエレベーターで「その後、いかがですか？」と声をかける、

もちろん、そっとメールや電話、手紙で確認するなど、相談者の性格や相談内容により確認方法は様々です。この繰り返しは、従業員同士の「小川さんに相談してみたら？」につながって、自分が目の届かないところでも、誰かが私につながってくれていたように思います。

相談窓口を案内する際や相談の最後に「何かあったらいつでも相談してください」という言葉を使うことがあります。「何かあったら」という声かけは、「これからはこの人に相談しよう」と思う方もいらっしゃるでしょうし、なんでも相談できる関係づくりの一步となります。ただ、控えめな相談者にとっては「何かあれば」を深読みして、相談しようとするときに自分の話したい事がその「何か」に該当するか、相談を躊躇させてしまうことがあるかもしれません。なので、この言葉がけで、「相談しやすくなるだろう」と安心してはいけないのではないかと考えています。相手からの反応がなければ、ここで関係は絶たれてしまいます。繋がっておくためには「こちらからも様子を確認させていただいてもよいですか」と、付け加えるとよいかも知れませんね。

時には、こちらからの投げかけに対して、相談者から「大丈夫です」という言葉が返ってくる場合があります。ここでも、大丈夫ならよかったと安心するのは禁物です。「(あなたに相談しなくても)大丈夫」なのか「(問題解決の方向に向かっているので)大丈夫」なのか、声の様子や表情で言葉の意味を察し、深追いせずにしかし観察は続ける、相手が望む人間関係の距離を測ることも大切だと思います。ただのお節介な人にならないためには…。

10年以上前に、職場のメンタルヘルス対策をテーマにした研修で、講師が職場に必要な「3つのかける」というお話をされました。

気にかける（人に関心をもって、「いつもと違う」に気づけるようにする）

声をかける（声をかけて、気にしていること、関心を持っていることを伝える）

橋をかける（相談者は自分の専門性や力量を認識して別のリソースにつなぐことも必須）

「相談しやすい雰囲気」「相談できる人間関係」は、「いつでも相談してください」と待っているだけではなく、それなりの仕掛けをしていくことが必要かもしれません。自分のことを考えても、相談は「自分に関心を持ってくれる人、自分のことを心配してくれそうな人」にしませんか？

相談しやすい環境づくりには、「いつでも相談してください」と「あなたのことを気にしています」の両方が必要ということかもしれません。

皆さんにも、それぞれ自分なりの仕掛け、工夫があると思います。様々な環境で産業保健活動を推進する皆さんと、産保センターで、情報共有できたら嬉しいです。

【産業保健専門職】

保健師 小川 理恵

当センターでは、産業保健をはじめとした図書・研修用機器等について無料で貸出を行っています。

初めてご利用になる方は利用者登録が必要になりますので、運転免許証、名刺等身分の確認できるものをご持参の上、当センターで手続きをお願いします。

図書・研修用機器の貸出については下記のアドレスからアクセスしてください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/1200>

【7】新着図書のご案内

貸出検索・貸出状況はこちらから

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/1867>

【8】ご相談・ご質問コーナー

当センターでは、産業医や事業所の労務管理者等の方が産業保健活動を実践する上での様々な問題に関するご相談・ご質問を窓口（予約面談）・電話・Eメール等で受付・対応しています。各専門分野の産業保健相談員を中心に、解決方法等を助言させていただきます。ご利用は無料となっていますので、どうぞお気軽にご利用ください。

相談員と相談日はこちら

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/consultation/1171>

◇+◇

☆☆寄せられた質問から☆☆

今月はお休みです。

【9】編集後記

4月に着任してから早くも6か月が経過しようとしています。この間、ほとんどが新型コロナウイルス感染症関連の話題ですが、東京オリンピックの延期、スポーツ大会やコンサート、様々なイベント等が中止・延期となりました。

当センターでは、4、5月のセミナー・研修を全て中止・延期として、6月中旬から「3密」とならないよう感染拡大防止対策を行いセミナー・研修を再開し、従来の集合形式に加え、最近では産業保健専門職と事務主任が試行錯誤を繰り返し、Web方式でも実施しました。

withコロナ時代において今後は、Web方式でのセミナー・研修を開催しなければ

と思っていますが、頭と気持ちがついていかず悩んでいます。

さて、10月1日から10月7日までは「全国労働衛生週間」です。

今年のスローガンは、「～みなおして 職場の環境 からだの健康～」です。9月の準備期間からさまざまな取組をしていただいていると思いますが、この週間中に労働衛生に係る意識の高揚を図るとともに自主的に労働衛生管理活動の定着を図りましょう。(小林)

=====

メールマガジンに関するご意見・ご要望のある方、配信の解除をご希望の方は、ホームページ「お問い合わせフォーム」をご利用ください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/inquiry>

【発行】 独立行政法人 労働者健康安全機構

山梨産業保健総合支援センター

【住所】 〒400-0047 山梨県甲府市徳行5-13-5 山梨県医師会館2階

【TEL】 055(220)7020 【FAX】 055(220)7021

【E-mail】 info@yamanashis.johas.go.jp

【URL】 <https://www.yamanashis.johas.go.jp>
